

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 30. Mai 2025 ▪
Zusatzgericht von Björn Freitag



Edelfisch im Asia-Fond mit gebratenem Spargel und Morchel-Mascapone-Creme

Zutaten für zwei Personen

Für den Fisch im Asia-Fond:

200 g Lachsfilet, ohne Haut
200 g Zanderfilet, ohne Haut
1 kleine Knolle Ingwer
2 Stangen Zitronengras
150 ml dunkle Sojasauce
120 ml Reissessig
2 EL Zucker
1 TL Chiliflocken

Den Ingwer mit Schale kleinschneiden. Zitronengras zerteilen und leicht anschlagen, damit sich das Aroma entfaltet. Sojasauce, Reissessig und 2 EL Wasser in einen Topf geben und Ingwer und Zitronengras hinzugeben. Lachs und Zander kleinschneiden und ebenfalls in den kalten Sud legen. Mit Zucker und Chiliflocken würzen. Der Sud sollte eine Maximaltemperatur von 55 Grad nicht überschreiten. Fisch im Sud garziehen lassen und dabei immer wieder die Temperatur überprüfen. Gegarten Fisch anschließend aus dem Sud nehmen und abtropfen lassen.

Für den Spargel:

6 Stangen weißer Spargel
Butter, zum Braten
1 TL Zucker
1 TL Salz

Spargel schälen. Mit Zucker und Salz würzen und anschließend in einer Pfanne in Butter anbraten.



Um zu sehen, ob noch Schale am Spargel ist, kann man einen „Knicktest“ machen: Dafür einfach das hintere Ende abbrechen. So sieht man schnell, ob noch Schalenrückstände vorhanden sind und kann diese entfernen.

Für die Morchel-Mascapone-Creme:

80 g frische Morcheln
20 g Rucola
1 Schalotte
50 g Mascarpone
Öl, zum Braten

Morcheln vom Stiel befreien, gründlich putzen und in einer Pfanne mit Öl im Ganzen anbraten. Schalotte abziehen, grob schneiden und zu den Morcheln geben. Alles abkühlen lassen, aus der Pfanne nehmen und kleinhacken. Rucola feinhacken und gemeinsam mit Mascarpone dazugeben und die Masse gut vermengen.

Morchel-Mascapone-Creme mittig auf einem Teller anrichten. Fisch und Spargel dazugeben, das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF empfiehlt es sich auf **pazifischen Lachs** zurückzugreifen (Stand April 2025):

- 1. Wahl: Nordostpazifik FAO 67: Alaska, Wildfang (alle Fangmethoden)
- 1. Wahl: Nordostpazifik FAO 67: Kanada, Buckellachs (*Oncorhynchus gorbuscha*), Ketalachs (*Oncorhynchus keta*): Umschließungsnetze (Ringwaden), Haken und Langleinen (Schleppangeln)

Zander ist laut WWF aus folgenden Fanggebieten zu empfehlen (Stand: April 2025):

- 1. Wahl: Dänemark, Deutschland, Niederlande, Schweiz.
Aquakultur: geschlossene Kreislaufanlage
- 1. Wahl: Peipsi-See (Estland und Russland). Wildfang:
Stellnetze-Kiemennetze, Umschließungsnetze (Ringwaden),
Reusen (Fallen)